X-Plain™

Trastornos temporomandibulares (TM)

Sumario

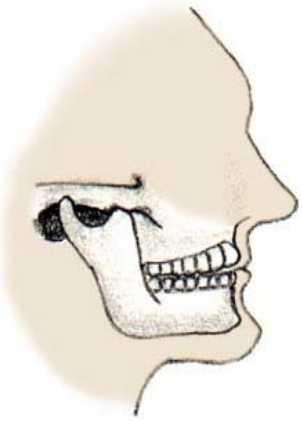
Los trastornos de la articulación temporomandibular, o TM, son un grupo de problemas médicos relacionados con la articulación de la mandíbula.

Los trastornos temporomandibulares pueden causar dolores de cabeza, dolor en el oído, problemas para masticar, ruidos, encajamiento de la mandíbula y otros síntomas que afectan la calidad de vida del paciente.

Este sumario le explicará qué son los trastornos temporomandibulares. También repasará la anatomía de la mandíbula, los síntomas, las causas, el diagnóstico y las opciones de tratamiento de la enfermedad.

Anatomía
La articulación temporomandibular une la mandíbula inferior con el hueso temporal al lado de la cabeza. Tenemos dos articulaciones temporomandibulares, una a cada lado de la mandíbula.

Debido a que las articulaciones temporomandibulares son flexibles, la mandíbula puede moverse suavemente de arriba abajo y lateralmente, permitiéndonos hablar, masticar y bostezar. Los músculos que están unidos a la articulación de la mandíbula, o alrededor de ésta, controlan su posición y su movimiento.



Cuando abrimos la boca, los bordes redondeados de la articulación de la mandíbula inferior, llamados *cóndilos*, se deslizan por la cuenca de la articulación del hueso temporal.

Los cóndilos vuelven a deslizarse hasta adquirir su posición original cuando cerramos la boca.

Para que este movimiento sea suave, existe un disco blando entre los cóndilos y el hueso temporal. Este disco está formado de cartílago que absorbe los choques de la articulación temporomandibular cuando masticamos o realizamos otros movimientos.

Un tendón es la parte del músculo que se une al hueso.

Tipos de trastornos temporomandibulares
Los trastornos temporomandibulares pueden agruparse en tres categorías principales:

- Trastornos musculares
- Trastornos de dislocación de las articulaciones
- Trastornos degenerativos de las articulaciones

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

©1995-2002, The Patient Education Institute, Inc. [www.X-Plain.com] ol2001s1

Los trastornos musculares
Estos trastornos consisten de dolores en los músculos que controlan la función de la mandíbula, así como los músculos del cuello y los hombros. Este tipo de dolor se llama *dolor miofacial* y es la forma más común de trastorno temporomandibular.

Trastornos de dislocación de las articulaciones
Estos trastornos tienen que ver con la dislocación de la articulación temporomandibular, tales como una mandíbula dislocada, un disco desplazado o una lesión en el hueso.

Trastornos degenerativos
Estos trastornos están relacionados con el desgaste de la articulación temporomandibular, tales como la artritis. Estos llevan a la destrucción del cartílago que cubre la articulación temporomandibular.

Causas
Las causas de los trastornos de la articulación temporomandibular pueden ser lesiones, desgaste por la edad y factores de comportamiento.

Una lesión grave en la articulación temporomandibular puede producir trastornos. Por ejemplo, si abrimos demasiado la mandíbula se pueden fracturar los huesos de la articulación o se puede dañar el disco. Esto altera el movimiento de la mandíbula y causa dolor o hace que la mandíbula se encaje.

El desgaste de la articulación temporomandibular debido a la edad puede causar trastornos como la artritis. La artritis en la articulación de la mandíbula puede surgir como resultado de una lesión.

A veces ciertos comportamientos o condiciones pueden causar trastornos temporomandibulares. Por ejemplo, en algunas personas, masticar chicle con regularidad puede causar trastornos temporomandibulares.

Rechinar y apretar fuertemente los dientes puede aumentar el desgaste en el cartílago de la articulación TM. Esto puede causar dolor en el oído y en la mandíbula. En ocasiones la gente que tiene estrés rechina y aprieta fuertemente los dientes.

Si los dientes no encajan bien, esto puede causar que una persona mastique por un solo lado de la boca la mayoría del tiempo, y a veces causa trastornos temporomandibulares.

El masticar chicle causa trastornos en la articulación temporomandibular.

Signos y síntomas
Una gran variedad de síntomas puede estar relacionada con los trastornos de la articulación temporomandibular. El dolor, especialmente en los músculos de la articulación temporomandibular, es el síntoma más común.

Otros síntomas de trastornos de la articulación temporomandibular son:
- movimiento limitado o mandíbula encajada
- dolor en la cara, el cuello o los hombros
- chasquidos dolorosos, o chirridos en la articulación de la mandíbula al abrir o cerrar la boca

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

©1995-2002, The Patient Education Institute, Inc. [www.X-Plain.com] ol2001s1

- Un cambio grave y repentino en la forma en que los dientes inferiores y superiores se alinean al juntarse

En ocasiones, los síntomas como los dolores de cabeza, el dolor de oído, los mareos y los problemas de audición están relacionados con los trastornos de la articulación temporomandibular.

Es muy probable que las personas que experimentan chasquidos en la mandíbula tengan un disco en una posición anormal. No se necesita tratamiento, siempre y cuando el disco desplazado no cause dolor u otros problemas.

Las molestias esporádicas en la mandíbula o en los músculos para masticar son bastante comunes y normalmente no son una razón para preocuparse. Debe consultar con su médico si el dolor es agudo o si no desaparece.

Diagnóstico

Debido a que se desconocen las causas exactas y los síntomas de los trastornos de la articulación temporomandibular, es difícil diagnosticar estos trastornos.

No existe un examen que sea definitivo para diagnosticar los trastornos de la articulación temporomandibular. En la mayoría de los casos, la descripción de los síntomas que da el paciente, junto con un sencillo examen físico de la cara y la mandíbula aportan información útil para el diagnóstico.

El examen físico consiste en examinar las articulaciones de la mandíbula y los músculos para masticar para localizar el dolor o sensibilidad, escuchar chasquidos, chirridos o ruidos durante el movimiento de la mandíbula, y comprobar si existe movimiento limitado o encajamiento de la mandíbula al abrir o cerrar la boca.

Es muy importante revisar los antecedentes médicos y dentales del paciente. En la mayoría de los casos, éstos aportan información suficiente para localizar el dolor o el problema de la mandíbula, hacer un diagnóstico y empezar un tratamiento que alivie el dolor o el encajamiento de la mandíbula.

Las radiografías normales y las radiografías de la articulación temporomandibular llamadas *radiografías transcraneales* no son siempre útiles para diagnosticar trastornos de la articulación temporomandibular. Es posible que sea necesario utilizar otras técnicas de rayos X, como las artrografías, las tomografías o las imágenes de resonancia magnética.

Tratamiento

El tratamiento de los trastornos de la articulación temporomandibular empieza con terapias moderadas. Los tratamientos moderados son sencillos y no invaden los tejidos de la cara, mandíbula o la articulación. Ya que muchos de los trastornos de la articulación temporomandibular son temporales y no empeoran, un tratamiento sencillo y moderado es todo lo que se necesita para aliviar las molestias.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

©1995-2002, The Patient Education Institute, Inc. [www.X-Plain.com] ol2001s1

Los tratamientos irreversibles provocan cambios permanentes en la estructura y la posición de la mandíbula o los dientes.

Existen otras alternativas que usted puede realizar por sí mismo, las cuales son útiles para aliviar los síntomas de los trastornos de la articulación temporomandibular. Estas alternativas incluyen el descanso, aplicar compresas calientes y frías y medicamentos antiinflamatorios.

El descanso de la mandíbula puede ayudar a curar las articulaciones temporomandibulares. Los pacientes deben dejar de masticar chicle, comer alimentos duros o correosos y abrir demasiado la boca.

El uso de compresas calientes o el hielo puede relajar los músculos. Inmediatamente después de una lesión en la articulación temporomandibular es mejor aplicar frío que calor.

El médico puede recetar medicamentos para tratar la inflamación, relajar los músculos y controlar el dolor. Para dolores leves, se pueden tomar medicamentos sin receta médica.

Junto con los medicamentos, el médico puede recomendar fisioterapia para que la haga en su casa, la cual consiste en ejercicios suaves para relajar y estirar los músculos.

Si el dolor se debe a que se rechinan o se aprietan los dientes cuando se está en estrés, las técnicas de relajación pueden ayudar a reducir el dolor.

El médico puede recomendar un aparato ortopédico o protector bucal. Esto es un protector de plástico que se coloca sobre los dientes superiores o inferiores. Esto reduce el apretar o rechinar de los dientes, lo que alivia la tensión muscular.

Un aparato ortopédico bucal debe usarse solamente por un período de tiempo corto y no debe causar cambios permanentes en la forma de morder. Si el aparato provoca o empeora el dolor, el paciente debe dejar de usarlo y consultar con su médico.

En algunos casos, el corregir la forma anormal de morder puede curar el trastorno. Este tratamiento lo realizan especialistas dentales e incluye tratamientos dentales como puentes y coronas.

Se recomienda cirugía cuando los tratamientos moderados no –invasores no dan resultado. Algunos ejemplos de procedimientos quirúrgicos incluyen estirar el ligamento de la articulación temporomandibular, reconstruir la articulación temporomandibular o reemplazarla.

Resumen

Los trastornos de la articulación temporomandibular, o TM, son un grupo de problemas médicos relacionados con la articulación de la mandíbula. Pueden causar dolores de cabeza, dolor en el oído, problemas al masticar, ruidos en la mandíbula y encajamiento de la mandíbula.

Los trastornos de la articulación temporomandibular no suelen incapacitar al paciente y se pueden tratar

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

©1995-2002, The Patient Education Institute, Inc. [www.X-Plain.com] ol2001s1

con descanso, fisioterapia y medicación.

Gracias a los avances médicos, existen tratamientos disponibles para los trastornos más graves. Estos tratamientos permiten a la mayoría de los pacientes disfrutar de una vida sana y sin dolor.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

©1995-2002, The Patient Education Institute, Inc. [www.X-Plain.com] ol2001s1